*En période de recherche d’emploi, il est facile de se perdre dans le suivi de ses candidatures.*

*Si un recruteur vous contacte à l’improviste, vous risquez très vite de vous emmêler les pinceaux et de ne plus vous souvenir de la candidature ou du poste proposé. Rien de pire que de devoir demander une précision sur l’offre à laquelle vous venez de postuler. Évidemment le recruteur se doute que vous n’avez pas envoyé une seule candidature, mais cela reste très maladroit et contreproductif dans la démonstration de votre motivation et de votre intérêt pour le poste. Si la situation se présente, proposez au recruteur de le rappeler lorsque vous serez dans les bonnes conditions pour lui parler, et recontactez-le dans les minutes ou heures qui suivent. Pour éviter une telle impasse, se construire* ***un tableau de suivi structuré et rigoureux est essentiel.***

**CAP EMPLOI 58** met à votre disposition des tableaux de suivi des candidatures sous les formats WORD et EXCEL pour vous organiser et pour les personnes à l’aise avec l’outil digital une démonstration de MEMO, outil de gestion des candidatures de POLE EMPLOI. Cet outil permettra de justifier vos recherches d’emploi.

Si vous n’êtes pas à l’aise en bureautique, un format PDF est à votre disposition pour imprimer votre tableau vierge et vous pourrez le remplir manuellement. Une dernière solution : recopiez le tableau suivant manuellement dans un carnet spécifique à votre recherche d’emploi ou créez vous un classeur avec des feuilles.

***Pour un tableau de suivi efficace***

**Notez la date et le mode d’envoi de la candidature.** N’oubliez pas de préciser :

Que vous [relanciez le recruteur](https://www.welcometothejungle.com/fr/articles/les-meilleurs-conseils-pour-relancer-efficacement-un-recruteur) par [mail](https://www.welcometothejungle.com/fr/articles/conseils-reussir-mail-de-motivation) ou par téléphone, dans tous les cas, **notez la date de la relance**. Le délai idéal ? Entre une semaine et dix jours avant de reprendre le contact avec l’entreprise. Sauf si vous avez reçu un mail accusant réception de votre candidature et vous précisant un délai spécifique.

L’essentiel ici est de **bien planifier vos relances.** Primordial pour ne pas se faire oublier et réassurer de sa motivation. Insérez des rappels dans votre agenda par exemple.

N’oubliez pas :

* d’alimenter votre tableau tout au long de vos recherches. Et de noter le nom, le poste et les coordonnées de tous les interlocuteurs rencontrés lors des entretiens avec leurs coordonnées. Cela vous sera également très utile pour relancer.
* de **consigner les mails de renouvellement de motivation post-entretien**. Ces formes de relances font partie intégrante du processus de recrutement et peuvent drastiquement changer la donne.

**4. Les différentes étapes du processus précédant la prise de fonction**

Notez les dates d’entretien(s) et d’échange(s) et à chaque fois la nature du contact (téléphonique, écrit, visuel en cas d’entretiens).

À la suite d’un premier échange téléphonique ou du premier [entretien](https://www.welcometothejungle.com/fr/collections/guides-candidats/preparer-un-entretien-d-embauche), que ce soit par mail ou par échange téléphonique, relevez :

* le type de [contrat](https://www.welcometothejungle.com/fr/articles/contrat-de-travail-droits-clauses),
* la localisation géographique du poste si vous postulez dans différentes villes,
* le [salaire](https://www.welcometothejungle.com/fr/articles/transparence-salaires-entreprise) proposé.

**Les refus**

Même si ce n’est pas la partie la plus agréable du tableau, cela reste utile pour dresser le bilan et acquérir le recul nécessaire vis-à-vis du rendement de vos candidatures. Et, qui sait, **améliorer vos pratiques.** Pour relativiser, rappelez-vous que les recruteurs sont dans une démarche de sélection, il y a forcément des éléments que le candidat ne peut maîtriser.

**Prenez soin de vos contacts en toute circonstances**, car même si vous n’êtes pas retenus, vous pourriez être recontacté dans le futur. Et ce tableau pourra être réutilisable tout au long de votre carrière. Et vous pourriez être amené à reprendre contact avec les personnes rencontrées pour postuler directement auprès d’eux.